

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**Français 3**  
**Unité 3 – La santé et le bien-être**  
***Des verbes réfléchis avec des sens idiomatiques***

*Pour combattre le stress...*

il faut \_\_\_\_\_ autant que possible.

il faut \_\_\_\_\_ de temps en temps.

il ne faut pas \_\_\_\_\_ si on est stressés. On peut se faire mal!

il faut \_\_\_\_\_ un peu chaque jour en faisant une activité relaxante.

il ne faut pas \_\_\_\_\_ ses amis parce qu'ils nous aident.

il ne faut pas \_\_\_\_\_ trop avec des problèmes insignifiants.

il faut bien \_\_\_\_\_ ses parents pour avoir leur soutien.

il ne faut pas \_\_\_\_\_ futur. Ça peut changer facilement!

il faut \_\_\_\_\_ plusieurs activités divertissantes comme les sports.



il ne faut pas \_\_\_\_\_ ! Ça peut avoir un effet négatif sur la santé.

il faut \_\_\_\_\_ ! Se coucher tôt, manger bien, faire de l'exercice.

il faut \_\_\_\_\_ pour l'école et avoir les devoirs et les matériels importants.

il faut \_\_\_\_\_ le weekend et dormir assez d'heures.

il faut \_\_\_\_\_ boire beaucoup d'eau chaque jour.